

CARDÁPIO 11/12/2023 À 15/12/2023

CAFÉ DA MANHÃ	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
FRUTA	Banana	Melão	Melancia	Goiaba	Manga
PRATO PROTEICO	Cubos de carne com molho bechamel*	Galinha guisada	Isca de carne acebolada	Ovos mexidos	Salpicão quente*
PRATO VEGETARIANO	Lentilha refogada com legumes	Soja à bolonhesa	Bolinho de grão-de-bico***	Panqueca vegana de ervilha	Soja à primavera
ACOMPANHAMENTO I	Cuscuz amanteigado*	Cuscuz simples	Batata doce	Cuscuz nordestino temperado	Cuscuz com tomate e pimentão
ACOMPANHAMENTO II	Sanduíche grego* ** **	Bolo de trigo* ** **	Misto quente* ** **	Bolo de cenoura com calda de chocolate* ** **	Mingau de banana, aveia e canela*
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de uva	Café / Leite* ** Suco de cajá	Café / Leite* ** Suco de cupuaçu	Café / Leite* ** Suco de tamarindo	Café / Leite* ** Suco de acerola
ALMOÇO	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
SALADA CRUA	Mix de repolho e milho	Alface, couve e pepino	Tomate, pepino e beterraba ralada	Repolho, cenoura ralada e acelga	Alface, beterraba e milho
SALADA COZIDA	Chuchu e beterraba	Abóbora e batata doce	Cenoura e chuchu	Abobrinha e vagem refogados	Batata inglesa e cenoura
MOLHO	Ervas	Laranja	Tártaro *	Alho *	Mostarda*
PRATO PRINCIPAL	Isca de carne à chinesa Bisteca Suína assada	Carne de panela ao molho escuro Filé de frango à Dorê***	Paçoca de carne Cubos de frango ao molho vermelho	Cozido bovino Filé de frango na chapa	Lasanha de frango* Isca de carne acebolada
VEGETARIANO	Almôndegas de soja ao molho branco *	Sufê de legumes com ervilha **	Abobrinha com lentilha gratinada	Charuto de ervilha com cenoura	Refogado de grão de bico
GUARNIÇÃO	Quibebe	Macarrão ao sugo	Purê de batata *	Pirão de carne **	Farofa de Cenoura
ACOMPANHAMENTOS	Arroz branco Arroz integral c/ cebolinha Feijão carioca	Arroz c/ cenoura Arroz integral Feijão corda	Arroz branco Arroz integral com abobrinha Feijão preto	Arroz Colorido Arroz integral Feijão tropeiro	Arroz branco Arroz integral com brócolis Feijão carioca
SOBREMESA	Melancia	Mousse de manga*	Banana	Creme de chocolate*	Melão
SUCO	Suco de abacaxi	Suco de tamarindo	Suco de caju	Suco de acerola	Suco de cupuaçu
JANTAR	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
PROTEÍNA	Picadinho de carne com legumes Churrasco misto (frango, calabresa)	Frango assado ao molho de laranja Panqueca de carne ao molho * **	Lasanha de carne * ** Frango xadrez	Torta madalena de carne* Isca de frango ao molho madeira	Bife à milanesa*** Guisado de frango
VEGETARIANO	Torta de lentilha c/ legumes* ** **	Panqueca de soja ao molho* ** **	Homus de cenoura	Salpicão vegano de ervilha	Hambúrguer de soja ***
SALADA	Acelga, alface e tomate	Abobrinha, cenoura e beterraba	Alface roxa, acelga e cenoura	Beterraba, chuchu e milho	Alface, tomate e cebola
MOLHO P/ SALADA	Maracujá	Agridoce	Laranja	Ervas	Limão
ACOMPANHAMENTO I	Caldo verde	Arroz doce*	Caldo de macaxeira com calabresa** Caldo de macaxeira	Mungunzá*	Sopa de legumes
ACOMPANHAMENTO II	Macarrão ao molho branco*	Cuscuz com calabresa**	Cuscuz amanteigado	Arroz com brócolis	Cuscuz com ovo**
ACOMPANHAMENTO III	Batata doce	Macaxeira	Cará	Batata doce	Macaxeira
PÃO/TORRADA	Torrada	Pão	Torrada	Pão	Torrada
BEBIDAS	Café / Leite* ** Suco de Acerola	Café / Leite* ** Suco de cupuaçu	Café / Leite* ** Suco de goiaba	Café / Leite* ** Suco de manga	Café / Leite* ** Suco de tamarindo

*Contém lactose

** Contém produtos de origem animal

***Contém glúten

O cardápio está sujeito a alterações